

Rezept

Sauerkraut-Pinsa mit Bacon

Ein Rezept von Sauerkraut-Pinsa mit Bacon, am 14.12.2025

Zutaten

Für den Teig

300 g Weizenmehl (Type 550)

75 g Reisvollkornmehl

1 g frische Hefe (Kugel von ca. 1,2 cm Ø)
Salz

100 g Roggenmehl (Type 1 150)

25 g Sojamehl

30 g Trockensauerteigextrakt (z. B. Lievito Madre)

1 EL Olivenöl

Für den Belag

200 g frisches Sauerkraut

5 EL Sahne

Pfeffer

½ Bund Schnittlauch

200 g Schmand

Salz

125 g Bacon (Frühstückspeck)

4 EL Olivenöl

Außerdem

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Pinsas | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion**
Ca. 810 kcal, 40 g F, 23 g EW, 94 g KH

Zubereitung

1. Die Mehle in einer Schüssel vermischen. Die Hefe in 2 EL lauwarmen Wasser auflösen, mit Trockensauerteig, 2 TL Salz, dem Öl und 320 ml Wasser zum Mehl geben. Alle Zutaten mit den Knethaken des Handrührgeräts in 5-6 Min. zu einem weichen Teig verkneten. Zugedeckt bei Zimmertemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen, dann in einer verschlossenen Frischhaltebox im Kühlschrank mind. 24 Std. ruhen lassen.
2. Den Teig mit einem Tuch abgedeckt ca. 2 Std. bei Zimmertemperatur erwärmen lassen. Dann auf etwas Mehl in vier Stücke teilen, zu Kugeln formen und abgedeckt weitere 30 Min. ruhen lassen.
3. Das Sauerkraut in einem Sieb abtropfen lassen. Den Schmand mit der Sahne glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Bacon in feine Streifen schneiden. Den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

4. Etwa 30 Min. vor dem Backen den Ofen mit einem Backblech oder Pizzastein (Mitte) auf 240° vorheizen. Die Teiglinge nacheinander mit den Fingern auf der bemehlten Arbeitsfläche oder auf Backpapier zu einer ovalen Form drücken, dabei außen einen höheren Rand formen. Mit dem Öl beträufeln und mit der Schmandcreme bestreichen. Das Sauerkraut zerpfücken und darauf verteilen, mit dem Speck belegen. Die Pinsas im heißen Ofen in je 8-10 Min. knusprig backen. Herausnehmen, kurz ausdampfen lassen. Mit Schnittlauch bestreuen und servieren.